

---

## LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo ciemne, razowe
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ rukola
- ❖ mozzarella light 40g
- ❖ pomidor 100g
- ❖ bazylia suszona
- ❖ kiełki rzeżuchy
- ❖ herbata zielona
- ❖ płatki (owsiane, żytnie, orkiszowe)
- ❖ morele suszone 14g
- ❖ jabłko suszone 7g
- ❖ żurawina suszona
- ❖ jogurt naturalny
- ❖ woda mineralna
- ❖ cytryny
- ❖ włoszczyzna
- ❖ kukurydza konserwowa
- ❖ pomidor 50g
- ❖ ogórek zielony 50g
- ❖ koperek
- ❖ majeranek
- ❖ pieprz
- ❖ pierś z kurczaka 100g
- ❖ chrzan
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ tymianek
- ❖ kasza pęczak 50g
- ❖ sałata rzymska
- ❖ musztarda (stołowa, miodowa)
- ❖ jabłko
- ❖ orzechy 10g
- ❖ cynamon
- ❖ olejek waniliowy
- ❖ cukinia 100g
- ❖ groszek zielony konserwowy 40g
- ❖ ogórek kiszony 50g
- ❖ szczypiorek
- ❖ polędwica z indyka 20g
- ❖ papryka słodka mielona
- ❖ curry